

## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa. Atas berkat rahmat penyertaan-Nya peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul **“Upaya Meningkatkan Hasil Lompat Jauh Gaya Jongkok Dengan Menggunakan Metode Latihan *Plyometric* Pada Kegiatan *Ekstrakurikuler* Siswa Putra SMP Negeri 2 Hampan Perak Tahun Ajaran 2012-2013** Skripsi ini disusun untuk melengkapi persyaratan menyelesaikan pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan dan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terlaksana dengan baik tanpa adanya dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini Penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Ibnu Hajar, M.Si selaku Rektor Universitas Negeri Medan
2. Bapak Drs. Basyaruddin Daulay, M.Kes selaku Dekan FIK UNIMED  
Bapak Drs. Suharjo, M.Pd selaku Pembantu Dekan I FIK UNIMED  
Bapak Drs. Mesnan, M.Kes selaku Pembantu Dekan II FIK UNIMED  
Bapak Dr. Budi Valianto, M.Pd Selaku Pembantu Dekan III FIK UNIMED  
Bapak Drs. Zulfan Heri, M.Pd selaku Ketua Jurusan PKO  
Bapak. Drs. Nono Hardinoto, M.Pd selaku sekretaris Jurusan PKO
3. Bapak Drs. Rahman Situmeang, M.Pd selaku Pembimbing Akademik sekaligus Pembimbing Skripsi yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini
4. Dosen Pengarah I Bapak, Drs. M. Nustan Hasibuan M.kes AIFO dan pengarah II Bapak Yan Indra Siregar, S.Pd, M.Pd yang telah memberikan arahan dan membimbing penyelesaian skripsi ini.
5. Para dosen, staff tata usaha dan pegawai perpustakaan FIK UNIMED yang telah banyak memberikan penerangan dan bantuan kepada Penulis selama ini dan juga telah memperlancar proses akademik dan administrasi Penulis
6. Bapak Drs. Rusman Efendi selaku kepala Sekolah SMP Negeri 2 Hampan Perak dan Ibu Dra. L. Hasibuan selaku Pelatih ekstrakurikuler SMP 2 Hampan Perak.

7. Teristimewa kepada keluarga penulis (Bapak Yupizar, Ibu Laila, Adik Layli Alfita) dan kepada seluruh keluarga yang telah memberikan kasih sayang, doa serta dorongan moral maupun material kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi. Doa dan arahan mu telah mengantarkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Seluruh rekan mahasiswa yang telah banyak membantu ulfa, Deka, Adit, Imam, Hasim, Haris dan teman-teman stambuk 2008 yang telah memberikan semangat dan masukan dalam penyusunan skripsi ini, terkhusus buat teman yang selalu ngumpul bersama selama pengerjaan skripsi ini. Semoga sukses bersama.
9. Seluruh Teman Leader dan Member PT. Melia Sehat Sejahtera khususnya Great Platinum Medan (up line, down line maupun cross line yang telah menjadi sumber inspirasi dan cahaya yang selalu bersinar disaat ada kendala ataupun masalah dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Buat teman-teman kos Deni Setiawan, M. Rizki (Keleng), M. Nasrulloh (Dombek), (Suhendry Panjaitan (Panjang), Tris Meiwaldi yang telah memberikan sebagian ilmunya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna serta memiliki banyak kekurangan dan kelemahan, baik dari segi tata bahasa maupun dari segi materi yang terkandung di dalamnya. Oleh karena itu, Penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak agar dapat dijadikan sebagai perbaikan untuk penelitian selanjutnya.

Akhirnya, segala kebaikan yang telah diberikan kepada penulis menjadi amal ibadah yang diterima oleh Yang Maha Kuasa. Akhir kata, semoga karya yang bersahaja ini dapat bermanfaat bagi kita semua, AMIN.

Wassalam

Medan, Juli 2013

**AZWAR ANNAS**

**Nim. 608 321 037**